

Credo in Te Signore, nato da Maria,
Figlio eterno e santo, uomo come noi,
morto per amore, vivo in mezzo a noi,
una cosa sola con il Padre e con i tuoi,
fino a quando, io lo so, Tu ritornerai,
per aprirci il regno di Dio.

BENEDIZIONE EUCARISTICA

Dio sia benedetto

Benedetto il Suo santo Nome.

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.

Benedetto il Nome di Gesù.

Benedetto il Suo sacratissimo Cuore.

Benedetto il Suo preziosissimo Sangue.

Benedetto Gesù nel Santissimo Sacramento
dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.

Benedetta la Sua santa e Immacolata Concezione.

Benedetta la Sua gloriosa Assunzione.

Benedetto il Nome di Maria, Vergine e Madre.

Benedetto san Giuseppe, Suo castissimo Sposo.

Benedetto Dio nei Suoi Angeli e nei Suoi Santi.

Canto: Camminerò

**Rit. Camminerò, camminerò
nella Tua strada, Signor.**

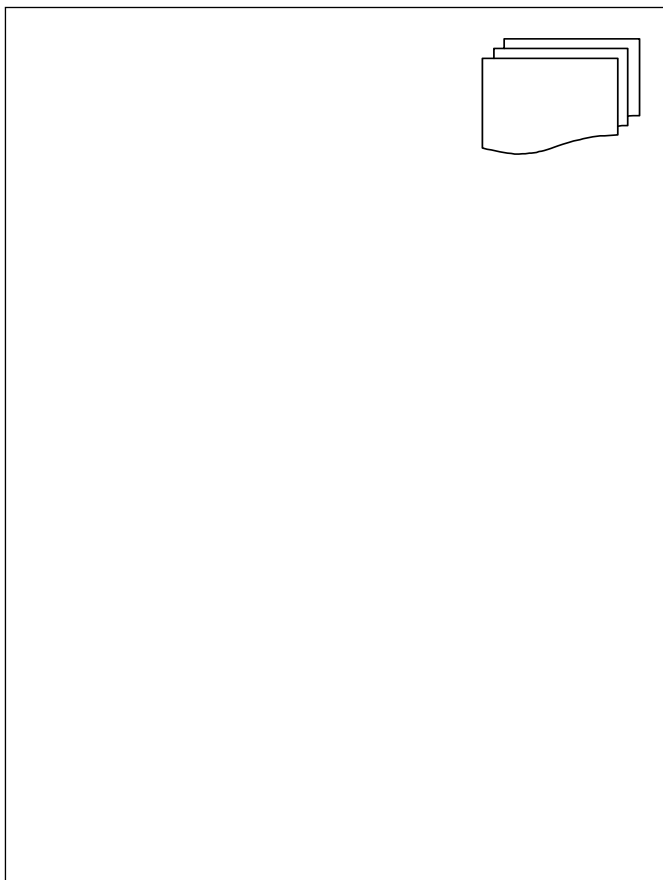
**Dammi la mano, voglio restar
per sempre insieme a Te**

1. Quando ero solo, solo e stanco nel mondo
quando non c'era l'amor
tante persone vidi intorno a me
sentivo cantare così. **Rit.**

2. Io non capivo, ma rimasi a sentire
quando il Signor mi parlò
Lui mi chiamava, chiamava anche me
E la mia risposta si alzò. **Rit.**

3. Or non m'importa se uno ride di me
Lui certamente non sa
del gran tesoro che trovai in quel di
che dissi al Signore così. **Rit.**

4. A volte sono triste, ma mi guardo intorno,
scopro il mondo e l'amor;
son questi i doni che lui fa a me;
felice ritorno a cantar. **Rit.**



**Prossimo incontro di formazione:
Bergamo, 18 maggio 2023**

Prossimi incontri di preghiera

a BERGAMO giovedì 1 giugno 2023

a VILLA D'OGNA lunedì 5 giugno 2023

ad ALBINO mercoledì 7 giugno 2023

a S. PELLEGRINO martedì 6 giugno 2023

a VILLONGO S. FILASTRO martedì 6 giugno 2023

a MONTELLO martedì 6 giugno 2023

a FOPPENICO venerdì 2 giugno 2023

a BACCANELLO DI CALUSCO lunedì 5 giugno 2023

ad ALMÈ martedì 6 giugno 2023

alla BASELLA martedì 6 giugno 2023

a VERDELLO mercoledì 7 giugno 2023

INCONTRO DI PREGHIERA

“LA CASA”

DIOCESI DI BERGAMO



**La “TENEREZZA”
di Dio e la nostra:
un dono sempre nuovo e
sempre possibile**

maggio 2023

**TENEREZZA E GELOSIA DI
FRONTE A UN'ALLEANZA**

CANTO: JESUS CHRIST YOU ARE MY LIFE

**Rit. Jesus Christ you are my life, alleluja, alleluja.
Jesus Christ you are my life, you are my life, alleluja.**

1. Tu sei via, sei verità, Tu sei la nostra vita,
camminando insieme a Te vivremo in Te per sempre. **Rit.**

2. Ci raccogli nell'unità, riuniti nell'amore,
nella gioia dinanzi a Te cantando la Tua gloria. **Rit.**

3. Nella gioia camminerem, portando il Tuo Vangelo,
testimoni di carità, figli di Dio nel mondo. **Rit.**

INTRODUZIONE ALLA PREGHIERA

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.
Amen.

Invocazione allo Spirito

Spirito del Signore, Spirito di saggezza e discernimento,
Spirito di Cristo sapienza di Dio,
solo tu rischiari il nostro cammino.

Spirito del Signore, Spirito di giustizia ed umiltà,
Spirito di Cristo amico dei poveri,
solo tu ispiri le nostre scelte.

Spirito del Signore, Spirito di coraggio e perseveranza,
Spirito di Cristo il testimone fedele,
solo tu rendi saldi i nostri cuori.

Spirito del Signore, Spirito di misericordia e di fuoco,
Spirito di Cristo dolce e mite di cuore,
solo tu fai di noi la dimora di Dio.

(dalla liturgia della comunità monastica di Bose)

*(Ci raccogliamo in un momento di silenzio, in cui
sentire la presenza di Gesù in mezzo a noi)*

ESPOSIZIONE DEL SS. SACRAMENTO DELL'EUCARISTIA

*Canto: Nada te turbe, nada te espante. Quien a
Dios tiene nada le falta.*

Nada te turbe, nada te espante. Sólo Dios basta.

*(Nulla ti turbi, nulla ti spaventi. Chi ha Dio non
manca di nulla.*

Nulla ti turbi, nulla ti spaventi. Dio solo ti basta.)

PAROLA DI DIO

Dal libro del Deuteronomio

(4,23-24. 27-31. 35-36. 39-40)

Guardatevi dal dimenticare l'alleanza che il Signore, vostro Dio, ha stabilito con voi e dal farvi alcuna immagine scolpita di qualunque cosa, riguardo alla quale il Signore, tuo Dio, ti ha dato un comando, perché **il Signore, tuo Dio, è fuoco divoratore, un Dio geloso.**

Il Signore vi disperderà fra i popoli e non resterete che un piccolo numero fra le nazioni dove il Signore vi condurrà. Là servirete a dèi fatti da mano d'uomo, di legno e di pietra, i quali non vedono, non mangiano, non odorano. Ma di là cercherai il Signore, tuo Dio, e lo troverai, se lo cercherai con tutto il cuore e con tutta l'anima. Nella tua disperazione tutte queste cose ti accadranno; negli ultimi giorni però tornerai al Signore, tuo Dio, e ascolterai la sua voce, poiché **il Signore, tuo Dio, è un Dio misericordioso, non ti abbandonerà e non ti distruggerà, non dimenticherà l'alleanza che ha giurato ai tuoi padri.**

Tu sei stato fatto spettatore di queste cose, perché tu sappia che il Signore è Dio e che non ve n'è altri fuori di lui. Dal cielo ti ha fatto udire la sua voce per educarti; sulla terra ti ha mostrato il suo grande fuoco e tu hai udito le sue parole che venivano dal fuoco.

Sappi dunque oggi e medita bene nel tuo cuore che **il Signore è Dio lassù nei cieli e quaggiù sulla terra: non ve n'è altro.** 40 Osserva dunque le sue leggi e i suoi comandi che oggi ti do, perché sia felice tu e i tuoi figli dopo di te e perché tu resti a lungo nel paese che il Signore, tuo Dio, ti dà per sempre».

Parola di Dio – **Rendiamo Grazie a Dio**

Le dinamiche della tenerezza

La famiglia è il luogo dove convivono l'**ethos** e il **pathos**. Senza il **pathos** l'amore diventa sterile, senza l'**ethos** resta un bambino che vive delle emozioni e dei capricci del momento. Mentre l'**ethos** fa riferimento all'esplicito, al razionale, il **pathos** si riferisce ad esigenze emotive che nella maggior parte dei casi sfuggono alla nostra consapevolezza. A questo livello si collocano due tipi di gelosia: una legata all'**ethos**, definita come "sana", e l'altra legata al **pathos**, più diffusa e irrazionale.

La gelosia legata all'ethos è quella che avvertiamo quando si profila una minaccia "concreta" alla nostra relazione affettiva, ovvero quando ci sono minacce esplicite alle promesse matrimoniali, come ad esempio la presenza di un'altra persona e il non ricevere le giuste attenzioni.

La gelosia legata al **pathos**, invece, è "una risposta emotiva legata al pericolo di perdita e sottrazione del partner, che è connessa a reazioni di angoscia, rabbia e aggressività che hanno la funzione di proteggere la relazione stessa" (*Bolwby*).

Come scrive Vittorio Cigoli, **la famiglia "è il luogo dove convivono l'ethos (cioè l'alta assunzione di responsabilità nei confronti dell'altro/a) e il pathos (che è la facoltà squisitamente umana di sentire le gioie e le pene dell'incontro profondo).** Senza il **pathos** l'amore diventa sterile, forzato, piatto".

Non è semplice farli convivere, ma neppure impossibile.

RIFLESSIONE DEL SACERDOTE

PER RIFLESSIONE E PREGHIERA PERSONALE

– Ci sono due facce nella "medaglia" della gelosia: quella etica e positiva che ci mette in guardia di fronte a minacce esplicite per le relazioni che viviamo. Quella più istintiva e passionale che ti prende, ti offusca; è come un fuoco che ti brucia dentro e provoca angoscia e rabbia. La gelosia può essere quindi letta sia in senso positivo sia in senso negativo: quando un coniuge sospetta del tradimento dell'altro o addirittura ne ha le prove, la gelosia lo mette in guardia, ma in quel momento dall'amore si passa all'odio, dalla tenerezza all'aggressività. La gelosia da una fonte d'amore passa a una fonte di odio:

tu che esperienza hai avuto nella tua situazione?

– Ma ciò può avvenire anche da separati; i due ex coniugi a volte fanno a gara uno contro l'altro per primeggiare su situazioni familiari (es. su figli, soldi, casa), alimentando

una gelosia reciproca. A volte il fatto che l'altro/a sembri più felice fa scaturire invidia o gelosia:

come stai gestendo l'attuale tua situazione?

- A volte ce la prendiamo anche con il Signore per quanto ci è accaduto, allontanandoci così da Lui. Non ci reputiamo abbastanza tutelati da Lui, che pare venir meno all'alleanza che ha stipulato con noi nel momento delle nozze... Abbiamo bisogno di recuperare questo sguardo benevolo di Dio su di noi e di sentire ancora su di noi la sua fedeltà e il suo amore, anche riconoscendo i nostri errori e i nostri peccati: *come 'è oggi il tuo rapporto con Dio?*

SEGNO:

Poniamo una rosa gialla, segno di gelosia, nel nostro vaso di rose. Il Signore, ci insegni la gelosia che ci aiuta ad aver cura delle relazioni. Raccogliamo poi il foglio mensile per la riflessione e preghiera personale.

PREGHIAMO INSIEME:

In questo momento in cui mi trovo in preghiera davanti a te, Gesù, Ti chiedo la grazia di essere libero dal veleno che è l'invidia. Ti chiedo di venire in aiuto delle mie debolezze e delle mie fragilità. Ti chiedo, Dio, di aiutarmi a capire quando il mio cuore è inondato di malizia, sfiducia e gelosia. Ti offro con tutto il cuore, Signore, tutti i momenti in cui ho sperimentato il sentimento dell'invidia, nei confronti delle amicizie o dei beni materiali. Spirito Santo, Ti chiedo di venire nel mio cuore e nella mia vita, liberandomi dalle radici dell'invidia. Vieni, Spirito Santo di Dio, donami un cuore puro e semplice, che si rallegra di quello che sono e che ho. Vieni, Spirito Santo, ad aprire i miei occhi perché possa vedere le ricchezze che possiedo. Vieni, Spirito Santo di Dio, a proteggimi dagli invidiosi, che vogliono mettere in pericolo me e i miei familiari. Rinuncio ad ogni invidia e alla gelosia che diventa rabbia e odio, nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen!

Padre Nostro

CANTO: TU SEI LA MIA VITA

Tu sei la mia vita, altro io non ho,
Tu sei la mia strada, la mia verità,
nella Tua parola io camminerò,
finché avrò respiro fino a quando Tu vorrai
non avrò paura sai se Tu sei con me,
io Ti prego resta con me.